

#Jak Dbasz Tak Masz. Zadbaj o siebie

data aktualizacji: 2019.10.24 autor: Anna Wójcik-Brzezińska



Jedna na siedem kobiet może zachorować na raka piersi. Dane przerażają. A może czas oswoić myśl, że „TO” może przydarzyć się każdej z nas? Akcja „#Jak Dbasz Tak Masz” to projekt skierniewickiego szpitala i miejscowego samorządu. Do udziału w nim Anna Michalak z WSZ zaprosiła skierniewiczanki. Cel jest jeden - sprawić, byśmy zgłaszały się do lekarza na czas.

Dziś wiele kobiet trafia na leczenie już w przypadku stwierdzonego zaawansowanego guza. To za późno.

- To nie jest zabawa, w tym wszystkim chodzi o nasze życie. Musimy sprawić, by kobiety zechciały zacząć o siebie dbać - mówi Danuta Żajęta, prezes skierniewickich Amazonek.

Październik to miesiąc walki z rakiem piersi. W Polsce to najczęściej występujący nowotwór wśród kobiet i działania mające na celu zachęcanie pacjentek do regularnego badania (i tym samym wcześniejszego wykrywania choroby) są niezbędne.

W sobotę, 26 października, w samo południe spod szpitala w Skierniewicach ruszy marsz kobiet. Dojdą do rynku, gdzie odbędą się happeningi.



W Łódzkiem z mammografii w ramach Program profilaktyki raka piersi skierowanego do kobiet wieku 50-69 lat, które są najbardziej zagrożone zachorowaniem na raka piersi można skorzystać w 47 mammbusach, które codziennie odwiedzają inną miejscowość. Ich trasa jest na stronie www.nfz-lodz.pl.

Oprócz mammbusów można skorzystać z mammografii w stacjonarnych pracowniach, których jest kilkanaście. Od roku 2015 nie są wysyłane zaproszenia na mammografię, o badaniu trzeba pamiętać samodzielnie. Wystarczy zgłosić się z dowodem osobistym, nie jest potrzebne skierowanie.

Informacje na temat miejsc, w których można skorzystać z mammografii można otrzymać pod bezpłatnym całodobowym numerem telefonu: 800 190 590

MAMMOGRAFIA

Liczba przebadanych kobiet w 2019 roku wyniosła 58 650 w tym 23 087 w pracowniach stacjonarnych i 35 563 w mammbusach. Do etapu pogłębionej diagnostyki skierowano 2 337 kobiet, zgłosiło się 1 641 kobiet, do konsultacji onkologicznej trafiło 696, a do leczenia zostało skierowanych 291 kobiet. Z wszystkich kobiet, które zrobiły badanie w 2019 roku 6 zmarło.

Profilaktyka raka piersi jest nielimitowana przez NFZ finansowo, Fundusz płaci za każde badanie.

USG PIERSI I MAMMOGRAFIA W KAŻDYM WIEKU

NFZ finansuje nie tylko program profilaktyki raka piersi dla pań w wieku 50-69 lat. - USG piersi i mammografia to badania, które może zlecić każdy lekarz specjalista, szczególnie lekarz ginekolog i onkolog. W wielu poradniach ginekologicznych (w Łódzkiem jest ich prawie 200) jest aparat do badań USG, a każda poradnia ma obowiązek zapewnić pacjentkom do-stęp do diagnostyki ultrasonograficznej. Lekarz może takie badania zlecić kobiecie w każdym wieku, tak często jak ze względu na wskazania medyczne jest to konieczne, NFZ nie limituje częstotliwości wykonywania tych badań. Uprawnienia i umiejętności wymagane do prawidłowego przeprowadzenia badania gruczołów piersiowych mają wszyscy lekarze.

Najczęściej piersi badają ginekolodzy, onkolodzy, chirurdzy. Jeśli pacjentka nie chce, aby lekarz zbadał jej piersi - może odmówić. Lekarz odnotuje to wówczas w dokumentacji medycznej pacjenta.

GDZIE SIĘ BADAĆ W ŁÓDZKIEM

W Klinice Onkologii Instytutu Centrum Zdrowia Matki Polki w Łodzi (5. piętro) od poniedziałku do piątku o godz. 8.30 czeka specjalista, który zrobi badania, pozwalające stwierdzić, czy jesteś nosicielem genu wywołującego raka.

Badania można również wykonać:

- Salve Medica, Szparagowa 10, Łódź
- Genos, Poradnia Genetyczna, Łódź, ul. Żubardzka 4
- Wojewódzkie Wielospecjalistyczne Centrum Onkologii i Traumatologii im. Mikołaja Kopernika, Łódź (izba przyjęć onkologiczna, ul. Paderewskiego 4)

PROFILAKTYCZNA MASTEKTOMIA

Operacja, której poddała się Angelina Jolie - obciążona genetycznym rakiem piersi - jest od 1 marca 2019 nareszcie finansowana w Polsce przez NFZ. To operacja, która polega na profilaktycznym usunięciu obu piersi. Oczywiście od razu można się poddać rekonstrukcji piersi, która jest zabiegiem także finansowanym przez NFZ

Profilaktyczna mastektomia może być wykonana u pacjentek z wysokim lub z bardzo wysokim ryzykiem zachorowania na nowotwór złośliwy piersi, u którego wykluczono nowotwór złośliwy piersi i który spełnia co najmniej jeden z poniższych warunków:

1. potwierdzona obecność mutacji BRCA1/BRCA2;
2. obciążający wywiad rodzinny: dwa zachorowania u krewnych I lub II stopnia przed 50 rokiem życia lub trzy zachorowania w dowolnym wieku (łącznie z probantką);
3. obciążający wywiad rodzinny: rozpoznanie u krewnych I stopnia metachronicznego lub synchronicznego zachorowania na nowotwór złośliwy piersi;
4. potwierdzona obecność choroby proliferacyjnej piersi przebiegającej z atypią komórkową.

Jak o siebie dbać, czyli kilka słów o profilaktyce

w wieku do 40 lat

- co miesiąc – samobadanie piersi,
- co 3 lata – kliniczne badanie piersi,
- 1 raz w wieku 35 lat mammografia

od 40 - 50 roku życia

- co miesiąc – samobadanie piersi,
- raz w roku – badanie kliniczne piersi,
- raz na 2 lata – mammografia

od 50 roku życia

co miesiąc – samobadanie piersi,

raz w roku – badanie kliniczne piersi i mammografia,

Od 2006 roku profilaktyczne badania mammograficzne dla kobiet w wieku 50-69 lat finansowane są przez Ministerstwo Zdrowia to znaczy, że każda kobieta w tym przedziale wieku ma zagwarantowane bezpłatne badanie mammograficzne raz na 2 lata.

SAMOBADANIE PIERSI

Każda kobieta po ukończeniu 20 roku życia powinna kontrolować swoje piersi najlepiej między 7 a 10 dniem od rozpoczęcia miesiączki. Wtedy piersi są najbardziej miękkie (jest to okres spokoju hormonalnego).

Kobiety po menopauzie i ciężarne powinny wybrać jeden dzień w miesiącu i przeprowadzać samobadanie zawsze tego samego dnia.

TAKIE SĄ FAKTY...

- W 2018 roku w Łódzkiem lekarze przeprowadzili ponad 700 zabiegów mastektomii. Wielu z tych zabiegów można byłoby uniknąć gdyby nowotwór został wcześniej zdiagnozowany. Lekarze podkreślają – wczesne wykrycie ułatwia leczenie, zwiększa szanse na przeżycie.
- W Polsce u prawie 400 ciężarnych co roku lekarze rozpoznają raka. Czas oczekiwania na dziecko to dla kobiet także okres leczenia onkologicznego. Niestety wiele z pań nie zgłasza się do onkologa w obawie, że badanie USG, dalej leczenie zaszkodzi dziecku. Lekarze powtarzają – to mity! Leczenie trzeba rozpocząć jak najszybciej.
- Mammografia pozwala wcześniej wykrywać 90 do 95 proc. zmian nowotworowych, a we wczesnej fazie rozwoju każdy nowotwór może być całkowicie uleczalny.

- Rak piersi jest najczęściej występującym nowotworem złośliwym u kobiet w Polsce. Stanowi około 23 proc. wszystkich zachorowań z powodu nowotworów złośliwych u kobiet i około 14 proc. zgonów z tego powodu.
- W Polsce dałoby się uratować rocznie 2 500 kobiet. Niestety, w 80 proc. przypadków diagnoza jest zbyt późna.
- W Łódzkiem z badań w ramach programu profilaktyki raka piersi skorzystało (wg stanu na 1 października 2018 r.) 42 proc. pań, co sytuuje nasze województwo na 7. miejscu w Polsce. W Skierniewicach z badań skorzystało 35,5 proc. kobiet, najchętniej badają się mieszkanki powiatu bełchatowskiego, z mammografii skorzystała niemal połowa pań w wieku 50-69 lat.
- USG piersi i mammografia to badania, które może zlecić każdy lekarz specjalista, szczególnie lekarz ginekolog i onkolog. W wielu poradniach ginekologicznych (w Łódzkiem jest ich prawie 200!) jest aparat do badań USG, a każda poradnia ginekologiczna ma obowiązek zapewnić pacjentkom dostęp do diagnostyki ultrasonograficznej. Lekarz może takie badania zlecić kobiecie w każdym wieku, tak często jak ze względu na wskazania medyczne jest to konieczne. O wyborze badania decyduje lekarz.

Źródło: <https://skierniewice.eglos.pl/aktualnosci/item/33639-jak-dbasz-tak-masz-zadbaj-o-siebie>